

## 初中寒假心得体会(15篇)

我们从一些事情上得到感悟后，写心得体会是一个不错的选择，这样可以帮助我们分析出现问题的原因，从而找出解决问题的办法。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编收集整理的初中寒假心得体会，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

### 初中寒假心得体会1

低碳的生活方式，就是在生活的细节上注重节能减耗，要低能量的生活，控制二氧化碳的排放量。然而我们应该要：爱自己、爱家人、更要爱地球、不用塑料袋、不穿皮草、废物回收循环利用、缓慢生活、崇尚纯棉制品、享受精致的生活。

以前，我总是把电灯开上个彻夜到明，水从晚上滴到明早，冰箱塞满乱七八糟的东西。这样，既浪费水，又浪费电……

现在，我听到了城市在宣传倡导低碳生活，我渐渐有些懂了。我开始了“低碳生活”。

开始了低碳生活，才发现原来这些细节上的不注意，不仅给家庭带来了看不见的开支消耗，还严重地排放了二氧化碳，虽然微量很小，但聚集起来的危害也是不小的呀。原来，电器开着，就连小小的手机电池在插座上插着时都会排放出可怕的二氧化碳，只要充完电就应该将电池立刻取下。原以为，二氧化碳只有汽车尾气、煤炭燃烧这些大功能的排放，没想到生活中处处都有微弱的“碳”在侵害着我们的生活和地球。

女人爱美，都有各自的小心得。每天的淘米水决不倒掉，用它来洗脸或洗手绝对是天然的美白产品；每天清早自己磨豆浆，有时豆浆喝不完，时间一长就会发酸，那也没关系，直接涂抹到脸上或充当护发素，美容的功能也是相当厉害的。

大人们用过的面膜纸也不要扔掉，可以用它来擦首饰、擦家具的表面或者擦皮带，不仅擦得清亮还能留下面膜纸的香气；喝过的茶叶渣，也可以把它晒干，做一个茶叶枕头，又舒适，又能帮助改善睡眠；将用完的香皂盒、花露水瓶、洗发水和沐浴露的瓶子全部敞开口，任意地放在家的角落里，也可以放在衣橱里，每到回家或者打开衣橱都会有自然的芬芳扑鼻而来；用冰激凌盒做烟灰缸，省事且方便，随用随扔，也是废物利用的好方法。不起眼的废物，经过精神和手工diy的创意，会发现原来废物也是宝，难怪我们的母亲都有装废弃物品的百宝箱呢！这样的家居环境健康且充满了创意的小欢乐。

## 初中寒假心得体会2

这个寒假，为了锻炼同学们的社会实习能力，老师组织我们到新华书店进行了社会实习活动。

为了让我们从课本中走出来，融入到社会中去，参与健康向上的社会实习活动，度过一个“安全、健康、实习、成长”的假期，我们二（6）班第五组组织了一次“我是小小管理员”的暑期社会实习活动。

虽然今天天气很炎热，但这丝毫不能阻挡我们对于社会实习活动的热情。下午我们早早来到了新华书店，书店管理员把我们按两人一组分成五

组，我跟崔靖乐一组，我们负责三楼的图书整理工作，主要是把书架上的书整理并归类。我心想这么简单的活，太轻松了。别看只是把书整理一下，但是想要把书真的整理好确实是非常难，实习报告《初中生寒假实习报告》。首先要把一个书架上所有的书都整理好，其次要把书都分类好，再者要把书都整齐的排上去。但是这里可不仅仅只有一个书架的书，有几十个甚至上百个呢？干了大半天我才把几个书架整齐的排好了，但是刚排好的书又被看书的人翻了。心中就有一丝怒火，但是想到我现在是小小图书管理员，我不仅自己要以身作则，还要引导大家来共同爱护图书，等读书的人走后我又把书重新整理好。真是累着却也快乐着，此刻让我深深地也体会到了书店管理员工作的辛苦，看似简单的整理书，但是想要做好它却是不简单，那需要耐心，细心，责任心。

虽然只经过了短短的半天时间，我们却从这次社会实习中学习到了许多。这是一次很难得的能够让我们真正贴近社会的机会，让我们进一步认识到书店管理员工作的辛苦，使自己在以后的学习、生活中更加懂得珍惜别人的劳动成果，同时充分培养了我们合作跟自觉的意识。

虽然，这次的社会实习活动只是一次小小的整理书籍并归类活动，但是这经验对我们来说是终生受用的。

### **初中寒假心得体会3**

今天是妈妈工作的最后一天，明天就放假了，我决定上午帮妈妈送报纸，下午和妈妈一起大扫除。

我早早的爬起床等着妈妈的召令，快过年了，我的身心都在沸腾着。手机一响，我就迫不及待的骑着自行车狂奔，只想着快点送完，就可以快点过年了。可事与愿违，时间一分一秒过去，报纸却没见多少。我从没想过送报纸也会这么累，我原以为只要把报纸投入报箱就可以了，想着从前电视上演的主人公潇洒的把电视甩入报箱，我对此充满了憧憬。可如今看来，那情节完全是骗小孩的。报箱就那么点空，要是能随便一甩就能进去，那我只能说你是神枪手。而且就算你能甩准，可那愈来愈高的楼层绝对不只是摆设，关闭的严严实实的窗户也绝不是吓唬人的，要是这样你还能甩进去，那我就相信世上有神仙。尽管已经到了冬天，我的背仍然有一层薄汗，一阵冷风拂过，我冻的直打哆嗦，可真是美丽冻人啊！想到妈妈每天都要送这么长的路程，工作总结我的心暖烘烘的，妈妈为了我付出了那么多，我一定要更努力一点，也许我没有别人那么聪明，但我可以比别人更努力，想到这儿，我的脚步更加快了...终于送完了，我的脚又算又软，可身体却不冷了，不知道是因为长时间运动还是心里的暖流流遍了全身。

回到家我立马用热水泡了泡脚，酸痛感立马消失，真爽啊妈妈却来不及休息，开始给我做饭。我心里实在不好意思，便起身帮妈妈洗菜。正当我准备看电视的时候，不经意瞄到餐桌上还没来的及洗的碗，看了看正在忙碌中的妈妈，我小心翼翼的拿起碗向厨房走去。我把碗放在菜盆里，加了些水和洗洁晶就开始猛刷。手有些裂开了，洗洁晶刺的我手有些疼，我尽情的发挥着忍者神龟的精神，总算结束了，看着被洗刷的干干净净的碗筷，我感受到了什么叫痛并快乐着！被妈妈用赞赏眼光看着的我顿时感觉到轻飘飘的，可下句就直接把我从天堂打入地狱。“快吃饭，等下还要大扫除呢”唉，我知道今天能不能瘦个几斤肉下来。我立刻开始狼吞虎咽，开

玩笑，不吃饱点，等下怎么干活啊！解决完食物，我就开始想怎么对付这些顽固分子，赖在我家快一星期了，最全面的参考网站也没见做了什么贡献，净搞一些破坏。注意到门上有一层薄薄的灰尘，我露出了灰太狼一般的奸诈笑容，它就像小羊一样任我宰割。喇起袖子，拿上抹布就使劲搓。没办法，实力太悬殊了，仅仅5分钟它就被我搞定啦！可解决一个两个没问题！一网打尽还真需要力气，手实在拿不起来了，坐在沙发上休息了哈，又开始帮妈妈摆鞋子，打打下手。不知不觉天已经黑了，剩下的就交给爸爸了，美美的吃了晚餐，趴在床上很快睡着了。大概是真的累了吧！一夜无梦。

经过今天的事，我深切了解到妈妈工作的辛苦和不易，作为子女的我们不仅要好好学习来回报父母，在当下也要抽时间为父母做些力所能及的事，为父母分忧！

### **初中寒假心得体会4**

今年的寒假来得特别早，令我感到雀跃不已，因为在这一段假期中，我可以拥有跟平时完全不同的生活，随性安排自己的生活作息。

喜爱弹钢琴的我由于平时十分忙碌，除了练习老师指定的曲子外，并没有多余的时间弹奏自己喜爱的作品，因此放寒假的第一天早晨，我就迫不及待的打开琴盖，任由我弹奏的旋律一串串的在屋内四处奔跑，最后充满了屋子的每个角落。加上今年的冬天格外的寒冷，根本不想离开温暖的屋子，所以只要一有闲暇，我就坐在钢琴前尽情探索巴哈及莫扎特那由各种音符组成的美妙世界，沉浸在如梦般的乐章中。

此外，我也安排了一些平时想做却没时间实践的事。我们全家人利用三天的时间开车到位于台中东势的名胜，大雪山森林游乐区享受天然的森林浴，大量吸收对人体有益的芬多精。站在足足有八百九十多岁的巨大神木前，不但让我感受到大自然具有韧性的一面，更让我体会人类的渺小，看着年长的神木依然长满茂密的枝叶，迎风低声吟唱，真让我感慨一些不懂得爱惜生命的人们，连一棵大树都明白要弯下树干抵挡强风，还有什么是我们无法克服的呢？

当然，该玩的玩过了，该休息的也休息了，再来就是要重拾书本，找回阅读的习惯。因为即使是寒假，适当的阅读仍是必要的。所以只要有长假，妈妈总会带我去书店选购书籍，不论是历史、伟人、小说、文学作品……等，都是我喜爱的种类，阅读一本书就好似经历一场有趣的冒险一样，总是令我爱不释手，非得一口气把它看完不可。其实，我觉得书本是知识的来源，尤其是某些发人深省的文学作品，可以使我沉淀心灵，静下来思考，藉此让心中的眼睛睁开苏醒。

或许，有些人认为寒假应该是毫无压力的假期，不过我觉得，寒假固然是让平时紧张又充满规律的快步调生活暂时停歇、放松的假期，但如果总是以「吃饱睡、睡饱吃」的方式度过整整三个星期，那么试问，以高等文明动物自居的人类跟其它的动物又有什么差别呢？所以，人必须保持在充满思考、力求进步的状态，才不会辜负了人类与生俱来的智慧及潜能。

转眼间，寒假已进入过去了一半，半个月都跟家人相处在一起，使我不禁想念起同学及老师的笑容。而我相信，经过这些日子的休息，新的学期里我更能凝聚所有的心力，力求更好的表现。

## 初中寒假心得体会5

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平跟的心态跟不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的文秘工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神跟吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习期间，我从末出现无故缺勤。我勤奋好学。谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取。并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论跟实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神跟勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心跟素质。能够做到服从指挥

，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

为期2个月的实习结束了，我在2个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，收益非浅。现在我对这2个月的实习做一个工作小结。

回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导跟教诲，我从中受益匪浅。

本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧！这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益匪浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。

## **初中寒假心得体会6**

时间飞逝，不知不觉中一个美妙的寒假已从我们的眼前悄悄溜走，新的学期也即将降临，回首遥望，这个寒假，我们收获了什么呢？

这个假期是我小学期间的最后一个寒假，所以我非常珍惜它，我的每一天都过得充实而快乐，因此感受颇多，春节的前十几天，我亲眼目睹了大人们忙碌的身影，他们每天都在为春节做精心的准备，收拾房间、炸带鱼、炸花生、蒸馒头、买鞭炮等等，有时候还忙到深夜，但他们却乐此不疲，



为了减轻家人的负担，我也帮着做一些力所能及的事情，比如：擦玻璃、收拾房间、贴对联、挂灯笼。虽然牺牲了我许多玩的时间，但我却从中感受到了大人的艰辛，我们能过上富裕的生活，这要感谢党的政策，妈妈告诉我，如今的春节与她小时候的春节简直是天壤之别，要知道今天的生活来之不易，我们更应该要好好珍惜！从初一到初五的这几天，我和家人走街串巷，把我最真挚的祝福带给了亲朋好友们。当然了，在放松的同时也不能忘了学习，我继续写作业，不会的题经常和爸爸妈妈讨论，有时还争论的面红耳赤，但我仍然能从中感受到了学习的快乐。新的学期到了，这学期我将会以一个崭新的面目投入到新一轮的战斗中去。

### **初中寒假心得体会7**

艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野。

社会实践不只是要有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟—下午2点再从下午的4点—晚上8：30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去 做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要  
下载或阅读全文，请访问：[https://d.book118.com/375344241114011  
132](https://d.book118.com/375344241114011132)